



害怕地震 可以怎麼做?

地震前

想好避難地方、
準備防災食物、
避難包

地震時

請趴下>
找掩護>
穩住

地震後

關閉瓦斯爐火、電源總開關，
接收電視或手機正確災害資訊
前往避難地方



หากกลัว แผ่นดินไหว

จะทำอย่างไร?

ก่อนเกิดแผ่นดินไหว

วางแผนสถานที่หลบภัย เตรียมอาหาร และถุงยังชีพ

ระหว่างเกิดแผ่นดินไหว

กรุณาหมอบลงพื้น>
หาที่กำบัง>
เกาะให้แน่น

หลังแผ่นดินไหว

ปิดเตาแก๊สและปิดสวิตช์ไฟ ดูข่าวสารจากทีวีหรือโทรศัพท์มือถือ แล้วไปยังสถานที่หลบภัย





Takut gempa ,



apa saja yang bisa dilakukan?

Sebelum gempa

Pikirkan tempat untuk evakuasi, menyiapkan persediaan makanan untuk pencegahan bencana, dan tas evakuasi

Saat terjadi gempa

Harap tengkurap>
Cari pelindung>
Tetap tenang

Setelah gempa

Matikan kompor gas, saklar listrik utama, terima informasi bencana yang benar dari TV atau ponsel menuju tempat evakuasi





Sợ động đất, nên làm như thế nào ?

Trước khi xảy ra động đất

Lên kế hoạch tránh nạn, chuẩn bị thực phẩm chống thiên tai và túi tránh nạn

Khi có động đất

Vui lòng nằm xuống >
tìm chỗ ẩn nấp >
giữ bình tĩnh

Sau khi động đất

Tắt bếp ga và công tắc nguồn điện chính, xem thông tin thiên tai chính xác từ Tivi hoặc điện thoại di động và đến khu vực sơ tán





When I am afraid of an earthquake what can I do?



Before the earthquake

Think about a place to evacuate, prepare food supply for disaster prevention, and emergency bags

During the earthquake

Please DROP - COVER - HOLD ON

After the earthquake

The gas stove and the main power switch must be turned off, get the right disaster information by viewing the TV or mobile phone and head to the evacuation site

